

L'amore per il proprio destino come culmine e risoluzione dell'esperienza e del processo analitici e psicoterapeutici

ALBERTO MASCETTI

Summary – LOVE OF OUR OWN DESTINY AS THE CLIMAX AND TOP ACHIEVEMENT OF OUR EXPERIENCE AND OF THE ANALYTICAL, PSYCHOTHERAPEUTIC PROCESS. The author, using by analogy with the Adlerian strategy, which he borrows from Vaihinger, a Neo Kantian philosopher, the concept of “as if”, of fiction - the Nietzschean perspective of Amor Fati-tries to promote a new way of analytical and psychotherapeutic approach, which could lead to a consistent achievement and to the outcoming of the complex path of the neurotic subject. The current research would like to sound either as an in-depth analysis of the typical Adlerian topics or as whispered criticism of the society-individual dilemma or the trend towards self accomplishment seen in contrast with the feeling of belonging to a community. The author however, after having introduced the positions of the phenomenology and of the existential analysis, which show common significances with those of the individual psychology, throws lights on a basic difference as far as the social feeling in particular is concerned. Getting into the depth of the therapeutic process according to the Adlerian principles, the author takes into consideration the meaning of encouragement that stands at the basis of the change of the individual life - style. He recommends the overcoming of the perspective tied to the social feeling in and promotes a solution that goes beyond and completes it according to the Nietzschean concept of “Amor Fati”. He analyzes the number of stages and times in which this essential change that is supposed to lead to the overcoming of the neurotic organization. Love for our own destiny is seen as the climax of a positive psychotherapeutic process not only according to the Adlerian principles but as something ineluctable and very hardly achievable in the neurotic conflict dilemma.

Keywords: ENCOURAGEMENT, LIFE-STYLE, DIE PHILOSOPHIE, DES “ALS HOB”, AMOR FATI, MIT-WELT, DA-SEIN

*Amicus Plato, sed magis amica veritas
(Aristotele)*

I. Il “come se” adleriano

Adler ha cercato di utilizzare la proposta filosofica di Vaihinger [34]: “la filosofia del come se”, estrapolando dalle indicazioni filosofiche e scientifiche vaihingeriane una diversa prospettiva squisitamente psicologica. Con tale operazione di grande originalità, Adler ci ha consegnato una elaborazione nuova e significativa di interesse teorico

e pragmatico, tale da costituire la base della sua costruzione personologica, relativa all'uomo sano e malato, mutuandola dalla visione filosofica vaihingeriana. Anche da parte nostra, in maniera analoga alla contaminazione adleriana, traiamo ispirazione dal concetto filosofico nietzschiano dell'amor fati, dell'amore per il proprio destino, per promuovere una nuova visione del mondo nell'ambito della psicologia, psicoterapia, e psicopatologia che si accordi al disegno adleriano, oltrepassandolo e ampliandolo, nell'ambito di una prospettiva, noi crediamo, originale e dal più ampio respiro. Adler utilizza e interpreta il termine "finzione" traendolo dal concetto vaihingeriano del "come se", quale modello operativo che starà alla base della sua originale costruzione personologica. La personalità viene organizzata, secondo Adler, dai primordi, dall'epoca della prima infanzia fino all'adolescenza con una successione di finzioni, di come se, di volta in volta utilizzate e abbandonate alla ricerca della messa a punto di uno stile. Anche questa organizzazione operativa di grande originalità e pregnanza interpersonale, permeerà in forma più o meno rappresentata e reiterata la personalità di ogni uomo, intesa in senso dinamico e finalistico. Il "come se" adleriano, embricato nei meccanismi compensatori, che lo promuovono e lo modellano, si avvale di continui collaudi, di rappresentazioni di volta in volta finalizzate alla costruzione della "persona", della maschera, dello stile, di estrema espressività soggettiva e dinamica. Più in generale, attraverso tale utilizzo e arrangiamento del concetto del "come se", Adler promuove a livello psicologico, sottraendolo alle digressioni vaihingeriane di squisito sapore scientifico, un modello operativo e strumentale di grande semplicità conoscitiva, di facile intellegibilità e operatività [3].

Dopo la separazione da Freud, avvenuta nel 1911, Adler riformulò la propria teoria della nevrosi. Questa revisione fu in larga misura un ritorno alle sue precedenti concezioni, relative alla patogenesi sociale delle manifestazioni nevrotiche, (già presente in nuce ne: "L'Inferiorità degli organi", 1907 [2]) e alla funzione dell'inferiorità organica.

II. *Il temperamento nervoso*

La filosofia del "come se" di Vaihinger apparve proprio al momento giusto per fornirgli un nuovo schema concettuale [34]. Il temperamento nervoso apparve nel 1912 [3] con il motto di Seneca: "Omnia ex opinione suspensa sunt", che alludeva in maniera iconografica al concetto vaihingeriano delle "finzioni". L'assunto fondamentale è quello di "individualità", un termine che esprime sia l'unicità sia l'indivisibilità dell'essere umano. La migliore illustrazione di tale concetto si trova nella prefazione, dove è citato un pensiero di Virchow: "L'individuo rappresenta un tutto unificato in cui ogni parte coopera per il raggiungimento di una meta comune". Ne consegue che una singola caratteristica psicologica dell'individuo rifletta la sua personalità complessiva (cfr. Stile di vita [4, 14, 26, 27, 32]). L'individuo è anche osservato dal punto di vista temporale. Ogni sintomo mostra in ogni momento segni del passato, del presente e del futuro (cfr. Stile di vita [4, 14, 26, 27, 32]). La vita psichica è teleologica, è rivolta cioè verso il futuro e tende verso una meta che non è stabilita una volta per tutte, ma può subire modificazioni nel tempo per diverse ragioni. È a questo punto che Adler

utilizza il concetto di “finzione” di Vaihinger [34]. Adler pensa che gli avvenimenti si sviluppino come se fosse imposta all'attività umana una norma ideale, definita da Adler come verità assoluta o logica assoluta della vita sociale, che si identifica con la perfetta conformità alle norme sociali e addirittura alle esigenze cosmiche. Adler definisce come anormalità il grado di devianza soggettiva da questa norma immaginaria. Le nevrosi sono concepite come forme di questa devianza. Nonostante le critiche da più parti rivolte a tale affermazione apodittica e di chiara risonanza utopica, Adler tenne sempre fede a tale assunto mediante il concetto di sentimento sociale, che diventerà lo spartiacque assoluto tra normalità e devianza. Ma se nella disamina del comportamento nevrotico e della mirabile teoria delle nevrosi, il sentimento di comunità dà senso e significato al suo rigoroso assunto teorico e pratico, al di fuori di questo quadro specificamente clinico e terapeutico, la finzione dello sviluppo del sentimento sociale nella società a venire si è mostrata assai fallace, ancorchè messianica e profetica. Quando Adler esce dalla prospettiva clinica per farsi paladino, apostolo e profeta di un sentimento comunitario, che secondo le sue intenzioni avrebbe dovuto migliorare il rapporto fra gli uomini, contraddice la sua originale premessa finzionale, mostrando una fattualità, che la storia dell'uomo ha ampiamente e dolorosamente confutato e disatteso. Un altro momento fondamentale dell'analisi patogenetica della nevrosi è indicata da Adler nelle sensazioni che si originano dalle inferiorità organiche e il riferimento è chiaramente rivolto alla sua prima opera originale e significativa: “L'inferiorità degli organi” del 1907 [2]. L'insistita notazione adleriana va oltre la semplice compensazione fisiologica: l'inferiorità organica mette in moto un complesso processo psicologico di autoaffermazione, che diventa un fattore permanente dello sviluppo psichico. Questo processo psicologico implica una costante osservazione e un costante addestramento della funzione organica, ritenuta inferiore. Ma l'aspetto significativo e originale da tale assunto è che lo sfondo sociale modula e modella la risposta psicofisiologica dell'organo inferiore, che si prospetta secondo le esigenze della società e che assume il significato di *primum movens* del complesso meccanismo compensatorio. Il sentimento di inferiorità nei lavori successivi assumerà sempre più un significato centrale nella visione adleriana del mondo, al punto che egli affermerà che: “Essere un uomo significa avere un sentimento di inferiorità che esige costantemente la sua compensazione. Analogamente si può considerare la storia dell'umanità come la storia del sentimento di inferiorità e dei tentativi diretti ad una soluzione che consenta di superarlo”. Non dobbiamo tuttavia dimenticare che l'aspirazione alla perfezione, la lotta per passare da un sentimento di inferiorità ad uno di superiorità, dal basso all'alto, che caratterizzava la dimensione nevrotica, viene trasferita dall'uomo nevrotico a quello normale [3, 7].

III. *Sentimento sociale*

Il nevrotico divenne, da quel momento in poi, per così dire, lo schema di riferimento e il modello di paragone di ogni successiva elaborazione. In un primo momento tuttavia, Adler non chiarisce la differenza tra individuo normale e nevrotico circa il

problema dell'aspirazione alla perfezione, circa la meta da conseguire e raggiungere. La risposta alla domanda diviene possibile soltanto quando Adler, dal 1920 al 1930, sviluppa un criterio di normalità, avvalendosi di una nuova acquisizione: il sentimento sociale. Per cui mentre il nevrotico è più interessato alla propria autostima e presenta una meta personale di superiorità, l'individuo normale ha una meta di superiorità che tiene conto del benessere altrui. Adler dunque sostituì le prime formulazioni sul significato di superiorità con quelle di aspirazione alla perfezione e all'autoaffermazione. Secondo Adler l'aspirazione alla superiorità è innata: è innata nel senso che è una parte della vita, un'aspirazione, una spinta, un qualcosa senza il quale la vita stessa sarebbe impensabile [4, 5, 6, 7]. Secondo Freud, tuttavia, non vi è accordo su tale affermazione: "Non credo nell'esistenza di questa pulsione interiore e non vedo come si possa far salva questa benefica illusione. Quell'infaticabile impulso verso un'ulteriore perfezionamento può essere facilmente spiegato come conseguenza della rimozione pulsionale, su cui è fondata la civiltà umana in tutto ciò che ha di più valido e prezioso" [33].

IV. Antropoanalisi o Analisi Esistenziale

La visione del mondo dell'Antropoanalisi o Analisi esistenziale è un indirizzo psicopatologico e psicoterapeutico inaugurato da L. Binswanger [8] che utilizza il metodo fenomenologico di E. Husserl e di Heidegger e della psicologia comprensiva di K. Jaspers. Tale prospettiva non considera l'uomo ontologicamente determinato dal suo sentimento di insicurezza e di inferiorità, ma la sua presenza esistenziale come un originario essere-nel-mondo, prendendo in considerazione i determinati modi fondamentali in cui la presenza umana di fatto esiste. L'analisi esistenziale non crede nella dimensione inconscia, ma ricerca la progettualità dell'essere umano che, gettato nel mondo, deve organizzare il suo mondo, conferendo ad esso un determinato senso e un determinato valore. La visione del mondo, nell'interpretazione di K. Jaspers e di W. Dilthey non è mai definita e conclusa, ma sempre dinamica e aperta, perché dipende dall'attribuzione di senso che l'uomo di volta in volta dà al mondo. In questa attribuzione consistono la libertà dell'uomo e le radici ultime del suo modo di essere strettamente dipendente dalla visione che egli ha del mondo. Il mondo-della-vita è definito da Husserl il terreno della vita umana nel mondo, il mondo-della-vita, dove i soggetti sono in collaborazione e confronto reciproci per la produzione del proprio mondo-ambiente, che è percorso dalla consapevolezza che ogni agire e ogni realtà si dà nella dimensione originaria e inoltrepasabile della soggettività. A partire da tali premesse, la psichiatria fenomenologica imputa ad ogni dottrina psichiatrica di aver obliato questa situazione naturale della coscienza e di avere fatto valere il suo mondo teorico ed obiettivante, dimenticando la soggettività e le operazioni intenzionali con cui il soggetto costituisce il suo mondo. Da ciò deriva, come prima conseguenza in ambito psichiatrico, che è impossibile stabilire una norma in grado di distinguere il sano dal malato o alienato, perché sia l'uno che l'altro appartengono allo stesso mondo, anche se l'alienato vi appartiene con una struttura di modelli percettivi e comportamentali

differenti, dove la differenza non ha più il significato della dis-funzione, ma semplicemente quello della funzione di una certa strutturazione della presenza, ossia di un certo modo di essere nel mondo. La psichiatria fenomenologica, cogliendo il concetto di essere-nel-mondo non parlerà più di melanconia, mania, schizofrenia, ma di mondo melanconico, maniacale, schizofrenico, in ognuno dei quali rintraccia la modalità individuale di essere nel mondo, la qualità essenziale con cui ciascuno declina la propria esistenza che non si dà senza mondo. L'essere-nel-mondo è espressione introdotta da Heidegger per designare il tratto costitutivo dell'esistenza umana, il cui Esser-ci (Da-Sein), vuol dire appunto essere-nel-mondo. Nel "dire-io" si esprime l'Esserci come essere-nel-mondo. Se il mondo appartiene all'esperienza umana, non si dà esperienza umana senza mondo. Il mondo con cui l'essere ha a che fare è il mondo ambiente (Umwelt), in cui si rapporta in termini di cura. La concezione della cura viene iscritta non nella categoria della "guarigione", ma in quella del "senso" dell'esistenza, che secondo la concezione di C.G. Jung presenta delle analogie con la nozione heideggeriana di cura "come Die Sorge", che caratterizza la relazione con l'altro. E dell'altro ci si può prendere cura nella forma autentica del fürsorgen, che apre agli altri la possibilità di trovare sé stessi, offrendo le condizioni per potersi prendere cura di sé. Non nella forma inautentica del besorgen, che non si cura tanto degli altri, quanto delle cose da procurare loro. La coesistenza, il mit-dasein è termine introdotto dalla fenomenologia e utilizzato dall'analisi esistenziale per indicare una struttura trascendentale dell'umana esistenza, che è sempre e originariamente una co-esistenza. Binswanger afferma che "essere nel mondo" significa sempre essere nel mondo con i miei simili, essere insieme con le altre presenze [8]. L'esistenza si scopre così come originaria co-esistenza, che scopre il mondo (Welt) come mondo-comune (Mit-Welt). La coesistenza dunque è concepita come struttura originaria che non si aggiunge all'esistenza, perché ne è il principio costitutivo. Da Binswanger sul versante fenomenologico e da R. D. Laing sul versante antipsichiatrico, l'individuo non è visto nel suo isolamento, ma entrambi gli Autori pensano di riscattare la psiche dalla sua riduzione a puro fatto interiore, dove viene tralasciato il suo essenziale declinarsi nel mondo. L'originaria apertura al mondo, ci ricorda L. Binswanger, non è il prodotto di una relazione, ma una dimensione originaria dell'umana esistenza. Dopo aver tratteggiato a grandi linee una delle più significative visioni riguardo alla condizione dell'uomo sulla terra, perché la più vicina al mondo culturale adleriano, proviamo ad intraprendere un nuovo percorso in un approccio più suggestivo, soffermandoci in particolar modo su quello che si riferisce alla visione della Psicologia Individuale a noi più congeniale [20, 25]. Entriamo dunque nel vivo della vicenda psicoterapeutica di linea adleriana, vero e proprio oggetto e interesse della nostra ricerca [10, 15, 16, 19, 22, 24].

V. Incoraggiamento

Prendiamo in considerazione come prima opzione quella che si riferisce ad un concetto fondante la tecnica psicoterapeutica adleriana e in generale della Psicologia Individuale, quello dell'incoraggiamento [9, 11, 13, 21, 28, 29]. Ci riferiamo dunque

al trattamento psicoterapeutico prevalentemente nell'ambito della organizzazione nevrotica, tralasciando in tale contesto le scansioni e i modi della operatività di linea adleriana scolasticamente delineata e da tempo acquisita. Ci soffermeremo invece sull'assunto di base del fare e dell'agire terapeutico, che è quello del coraggio e dell'incoraggiamento, processo di grande pregnanza teorica e operativa. Il progetto dell'incoraggiamento presenta due ambiti fondamentali, che nelle finalità concordano: quello che si riferisce all'instaurarsi del rapporto analitico che, se corretto, è di per sé incoraggiante, perché paritario, solidale e rispettoso dell'altro e quello che si muove nell'ambito del cosiddetto disvelamento delle finzioni. L'incoraggiamento è dunque prospettiva che mira a infondere maggiore sicurezza, a migliorare nel soggetto il sentimento del proprio valore, attraverso le modalità significanti del rapporto analitico tout-court. Nell'organizzazione nevrotica, il meccanismo finzionale ai diversi livelli di rinforzo negativo, gioca il ruolo fondamentale nell'orchestrazione del costruito nevrotico, nel senso di un profondo attaccamento e utilizzo del proprio stile di vita. All'interno del rapporto analitico che naturalmente si snoda, il chiarimento delle e sulle finzioni improduttive, promuove l'affidamento all'altro senza mascherati timori, nel segno e nel senso del sentimento per l'altro e con gli altri, che Adler chiama sentimento sociale o di comunità. Il rapporto analitico agisce da modello, da prototipo di successivi e collaudati incontri. Tale formulazione, tuttavia, riferita al sentimento sociale, è da considerare piuttosto generica e vaga, non ben precisato il processo che fino a qui si dipana e da qui parte per promuovere benefiche relazioni. Al fondo di ogni individuo, ci ricorda sempre Adler, si annidano due spinte fondamentali, quella volta verso una meta individuale, personale, e quella che ci conduce verso gli altri. Dall'armonia di tali forze nasce il suo equilibrio, la sua serenità. Tale formulazione, tuttavia, così ragionevole e tranquillizzante presenta un certo contenuto utopico, di realtà edulcorata e addomesticata; infatti sin dal tempo della nascita della filosofia, da Platone e Aristotele in poi, la ricerca di tale mirabile equilibrio, è sempre stata consegnata al dubbio ed al timore di una non facile praticabilità [1, 31]. Nella polis gli interessi dell'individuo difficilmente si sposano, se non per brevi tratti, con gli interessi della società, della comunità. Da alcuni Autori anglosassoni, inoltre, il sentimento di comunità viene tradotto letteralmente con il termine di interesse sociale (*social interest*), ma interesse dice una cosa e sentimento ne dice un'altra. Anche qui si nota una dicotomia che non fa progredire una conoscenza ma che lascia ancora nell'incertezza. A tale proposito il superamento di tali dilemmi, così insistiti e poco produttivi, che Adler cerca di placare con la sempre maggiore enfasi legata al sentimento sociale, sembra ritrovarsi invece nell'incontro e nella formulazione dell'amor fati, inteso non già in senso filosofico, ma in senso psicologico e psicoterapeutico.

VI. *Amor Fati*

Soltanto nell'amor fati noi troviamo l'oltrepassamento e lo scioglimento del dilemma, cioè della dicotomia individuo-società, in senso squisitamente esistenziale, nella realtà e nel segno dell'autenticità e della corretta risoluzione. L'amore per il proprio

destino, che nasce dall'incontro analitico incoraggiante, si avvale nel processo psicoterapeutico di due o meglio di tre momenti, tre tappe significative che spingono alla soluzione del problema. La prima si riferisce all'accettazione di un destino, del proprio destino; un destino che si è già consumato, a cui non possiamo sfuggire, perché già dato, già avvenuto. L'accettazione non è altro che la presa d'atto di tale sentimento che accetta e accoglie il proprio passato quale sia stata la sua valenza, ancorché penosa e di dolorosa sopportazione. Il nevrotico rifiuta il suo passato, lo utilizza, lo manipola alla ricerca di un paradiso perduto o mai conosciuto, regredendo e fuggendo la realtà dei rapporti che di volta in volta si presentano. L'incoraggiamento allora deve considerarsi come un processo che induce al coraggio dell'accettazione, con l'abbandono delle suggestive ruminazioni mentali che i nevrotici tendono a rivendicare come reali, accompagnate dal rifiuto della propria storia. Tale è un primo stadio cui deve tendere la psicoterapia incoraggiante, per promuovere una condizione che è in altre parole un'accettazione del proprio destino di persona adulta, cosa sottilmente paventata e rifiutata dal soggetto nevrotico. Non più prigioniero, succube del proprio passato, il nevrotico, nell'accettazione di tale ineludibile destino, accondiscende a consegnarsi nel prosieguo della terapia al sentimento della libertà, sempre temuta e fuggita, perché rischiosa e potenzialmente pericolosa. L'accettazione della condizione adulta promuove l'accoglimento dell'idea di libertà, che ancora deve essere collaudata e testata con nuovi rapporti interpersonali. All'idea di libertà si accompagna l'idea di accettazione del rischio, il rischio dell'abbandono, della perdita, della frustrazione e della sofferenza legata al timore da parte del soggetto di non essere più amato. Ma l'accettazione del proprio destino, della libertà e del destino ad essa connesso, sfocia nel procedere del trattamento analitico, nell'amore per il proprio destino, che soltanto la consapevolezza della libertà e del rischio può promuovere [12, 17, 23, 30, 35].

VII. *Culmine dell'analisi e del processo psicoterapeutico*

L'amore per il proprio destino apre dunque la possibilità e la libertà dei rapporti significanti, che spingono verso il futuro in un clima di fiducia e di gioia per la sicurezza trovata, per l'insignificanza della paura, la vera guardiana della nevrosi. Siamo giunti al terzo stadio, all'amor fati, al culmine dell'esperienza e del processo analitici, al di là dei dilemmi, delle armoniche disgiunzioni, degli impraticabili equilibri, al di là ancora, per così dire, del bene e del male, in senso psicologico e psicoterapeutico. Una terapia infatti che nell'analisi dei meccanismi psicologici e degli stili che non sono visioni del mondo, né costrutti etici ma modi relazionali significanti, che vivono di forza propria, è percorso decisivo e ineludibile che rimanda al significato dell'amor fati. Questa è la vera condizione che ci rassicura circa la bontà del percorso terapeutico, che potrà trovare la sua conclusione soltanto in tale prospettiva, che è garanzia e assicurazione di una autentica modificazione del proprio stile di vita. L'amore per il proprio destino, che viene accolto e incorporato in una prospettiva esistenziale autentica, consente nella consapevolezza di una tale ritrovata condizione, nel clima di libertà raggiunto, una nuova progettualità di vita alla ricerca di un senso significativo ed ap-

pagante. Tale nuovo stato, raggiunto all'interno del rapporto analitico, nel momento in cui il soggetto si riappropria del proprio destino, della propria condizione di persona adulta, gli consente di vivere un sentimento pieno per l'altro, per gli altri, ciò che da Adler viene indicato a più riprese come sentimento sociale. È l'amore per il proprio destino la vera ragione che consente l'apertura all'altro, che diviene il tramite di una più approfondita conoscenza di sé, con il sentimento ritrovato di un amore per una storia, la propria, non solo perché vissuta come non modificabile, ma che non vuole essere modificata, né barattata con un'altra, né desiderata in alternativa alla sua. Solo così posso riappropriarmi della mia storia che non voglio più rinnegare, per non rinnegare me stesso, la mia unicità, la mia appartenenza, la mia esistenza irripetibile [18].

Bibliografia

1. ABBAGNANO, N. (2003), *Storia della filosofia. La filosofia contemporanea*, in FORNERO, G., RESTAINO, F., ANTISERI, D. (a cura di), UTET, Torino.
2. ADLER, A. (1907), *Studien über Minderwertigkeit Von Organen*, Bergmann, München.
3. ADLER, A. (1912), *Über der nervösen Charakter*, tr. it. *Il temperamento nervoso*, Newton Compton, Roma 1971.
4. ADLER, A. (1927), *Menschenkenntnis*, tr. it. *Psicologia Individuale e conoscenza dell'uomo*, Newton Compton, Roma 1975.
5. ADLER, A. (1931), *What Life Should Mean to You*, tr. it. *Cosa la vita dovrebbe significare per voi*, Newton Compton, Roma 1994.
6. ADLER, A. (1933), *Den Sinn des Lebens*, tr. it. *Il senso della vita*, Newton Compton, Roma 1997.
7. ANSBACHER, H. L., ANSBACHER, R. R. (1956), *Individual Psychology of Alfred Adler*, tr. it. *La Psicologia Individuale di Alfred Adler*, Martinelli, Firenze 1997.
8. BINSWANGER, L. (1942), *Gründformen und Erkenntnis Menschlichen Daseins*, Niehaus, Zürich.
9. DINKMEYER, D., DREIKURS, R. (1963), *Encouraging Children to learn: the encouragement process*, tr. it. *Il processo di incoraggiamento*, Giunti-Barbera, Firenze 1974.
10. ELLENBERGER, H. (1970), *The Discovery of Unconscious*, tr. it. *La scoperta dell'inconscio*, Bollati Boringhieri, Torino 1976.
11. FASSINO, S. (2009), Empatia e strategie dell'incoraggiamento nel processo di cambiamento, *Riv. Psicol. Indiv.*, 66: 49-63.
12. FAYE, Y. P. (1998), *Le vrai Nietzsche. Guerre à la guerre*, tr. it. *Il vero Nietzsche*, Il nuovo melangolo, Genova 2005.
13. FERRIGNO, G. (2009), La risonanza emozionale e il "ritmo" dell'incoraggiamento, *Riv. Psicol. Indiv.*, 66: 81-91.
14. FERRIGNO, G., PAGANI, P. L. (1995), "L'immaginario tra presente, passato e futuro e la costanza dello stile di vita", *Atti VI Congr. Naz. SIPI, "Il tempo e la memoria"*, Marina di Massa.
15. GALIMBERTI, U. (1979), *Psichiatria e fenomenologia*, Feltrinelli, Milano.

16. GALIMBERTI, U. (2012), *Cristianesimo. La religione del cielo vuoto*, Feltrinelli, Milano.
17. GEHLEN, A. (1940), *Der Mensch. Seine Natur und seine Stellung in der Welt, Junker und Dünnhaupt*, tr. it. L'uomo, la sua natura e il suo posto nel mondo, Feltrinelli, Milano 1983.
18. HILLMAN, J. (1983), *Healing fiction*, tr. it. *Le storie che curano*, Raffaello Cortina, Milano 1984.
19. JUNG, C. G. (1928), *Das Ich und das Unbewusst*, tr. it. *L'io e l'inconscio*, Boringhieri, Torino 1980.
20. MASCETTI, A. (1976), "Psicologia Individuale e Antropoanalisi: analogie e corrispondenze", *XIII Congr. Intern. SIPI*, Monaco di Baviera.
21. MASCETTI, A. (2009), Incoraggiamento e stile di vita, *Riv. Psicol. Indiv.*, 66: 97-104.
22. MUSATTI, C. L. (1949), *Trattato di Psicoanalisi*, Boringhieri, Torino.
23. NIETZSCHE, F. (1964), Opere filosofiche complete, in COLLI, G., MONTINARI, M. (a cura di), Adelphi, Milano.
24. PANSERA, M. T. (1990), *L'uomo progetto della natura. L'antropologia filosofica di Arnold Gehlen*, Studium, Roma.
25. PARENTI, F. (1984), Analisi dei rapporti fra Fenomenologia, Psicoanalisi e Psicologia Adleriana comparata, in CAZZULLO, C. L., SINI, C. (a cura di), *Fenomenologia, Filosofia e Psichiatria*, Masson, Milano, pp. 141-149.
26. PARENTI, F., PAGANI, P. L. (1987), *Lo stile di vita*. De Agostini, Novara.
27. PONZIANI, U. (1984), Lo stile di vita: nuove prospettive epistemologiche, *Riv. Psicol. Indiv.*, 36: 53-61.
28. ROVERA, G. G. (2009), Le strategie dell'incoraggiamento, *Riv. Psicol. Indiv.*, 66: 139-160.
29. ROVERA, G. G., GATTI, A. (1982), Considerazioni psicopatologiche ed applicazioni cliniche in tema di strategie dell'incoraggiamento, *Rassegna di Igiene Mentale*, IV(1-4): 105-132.
30. SAFRANSKI, R. (2000), *Nietzsche, Biographie seines Denkens*, tr. it. *Nietzsche, biografia di un pensiero*, Longanesi, Milano 2001.
31. SEVERINO, E. (1986), *La filosofia dai greci al nostro tempo. La filosofia contemporanea*, Rizzoli, Milano.
32. SHULMAN, B. H., MOSAK, H. H. (1990-1995), *Manual for Life Style Assessment*, tr. it. *Manuale per l'analisi dello stile di vita*, Angeli, Milano 2008.
33. STEPANSKY, P. E. (1983), *In Freud's shadow. Adler in context*. The Analytic Press, Hillsdale, New Jersey.
34. VAIHINGER, H. (1911), *Die Philosophie des "Als Ob"*, tr. it. *La filosofia del "come se"*, Ubaldini, Roma 1967.
35. VENEZIANI, M. (2010), *Amor Fati. La vita tra caso e destino*, Mondadori, Milano.

Alberto Mascetti
 Via Maspero, 10
 I-21100 Varese
 E-mail: albertomascetti43@gmail.com